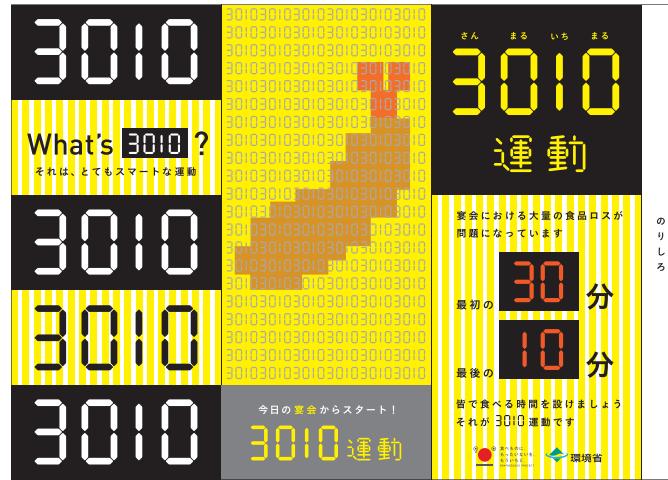
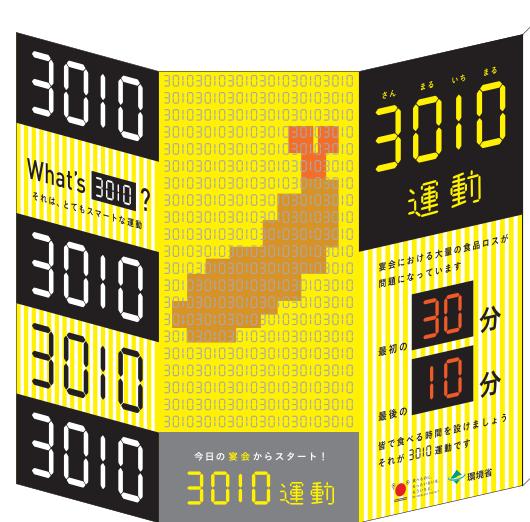


1 ダウンロードしたデータを  
A4に出力する



2 山折りにし、  
のりしろにノリをつける



3 三角柱にし、  
テーブルの上などに置く



デザインは、7種類あります

3018

# What's 30:0 ?

それは、とてもスマートな運動

3018

The graphic consists of four identical, vertically oriented, black, rounded rectangular shapes. Each shape has a central vertical line and two diagonal lines extending from its top and bottom edges. These shapes are positioned side-by-side against a background of alternating vertical yellow and white stripes.

3018

## 今日の春の宴会からスタート！

3010 運動

さん まる いち まる

3010  
運動

## 宴会における大量の食品ロスが問題になっています

最初の

最後の

30  
10

分  
分

皆で食べる時間を設けましょう  
それが 3010 運動です



3018

# What's 30:0 ?

それは、とてもスマートな運動

3018

The image consists of four vertical columns of black geometric shapes against a background of alternating yellow and white vertical stripes. The first column contains three horizontal rectangles. The second column contains two large rectangles at the top and two smaller rectangles at the bottom. The third column contains one large rectangle in the center. The fourth column contains three horizontal rectangles.

3018

A large number of white dots are arranged in a grid pattern on a yellow background. The dots are scattered across the page, with some appearing in pairs or small groups. The overall effect is a digital or abstract design.

さん まる いち まる

3010 運動

宴会における大量の食品ロスが問題になっています

最初の

最後の

30

分  
分

今日の打ち上げ会からスタート！

# 3010 運動



3018

# What's 30:0 ?

それは、とてもスマートな運動

301

The image consists of four vertical columns of black geometric shapes against a background of alternating yellow and white vertical stripes. The first column contains three horizontal rectangles. The second column contains two large rectangles at the top and two smaller rectangles at the bottom. The third column contains one large rectangle in the center. The fourth column contains three horizontal rectangles.

3018

さん まる いち まる

3010

運動

宴会における大量の食品ロスが問題になっています

最初の

最後の

30

10

分  
分

## 今日の会食からスタート！

# 3010 運動



3018

# What's 30:0 ?

それは、とてもスマートな運動

3018

The graphic consists of four identical, vertically oriented, black, rounded rectangular shapes. Each shape has a central vertical line and two horizontal lines extending from its top and bottom edges. These shapes are positioned side-by-side against a background of alternating vertical yellow and white stripes.

3018

今日の倉コンからスタート！

3010 運動

さん まる いち まる

2010  
運動

宴会における大量の食品ロスが問題になっています

最初の

最後の

30

分  
分

皆で食べる時間を設けましょう  
それが 3010 運動です



3018

# What's 30:0 ?

それは、とてもスマートな運動

301

The image consists of four vertical columns of black geometric shapes against a background of alternating yellow and white vertical stripes. The first column contains three horizontal rectangles. The second column contains two large rectangles at the top and two smaller rectangles at the bottom. The third column contains one large rectangle in the center. The fourth column contains three horizontal rectangles.

3018

さん まる いち まる

3010

運動

宴会における大量の食品ロスが問題になっています

最初の

最後の

30

分  
分

今日の宴会からスタート！

# 3010 運動



# 3010

What's 3010 ?

それは、とてもスマートな運動

# 3010

# 3010

# 3010



今日の忘年会からスタート！

# 3010 運動

さん まる いち まる

# 3010

# 運動

宴会における大量の食品ロスが  
問題になっています

最初の

30  
10

分  
分

最後の

皆で食べる時間を設けましょう  
それが 3010 運動です

# 3010

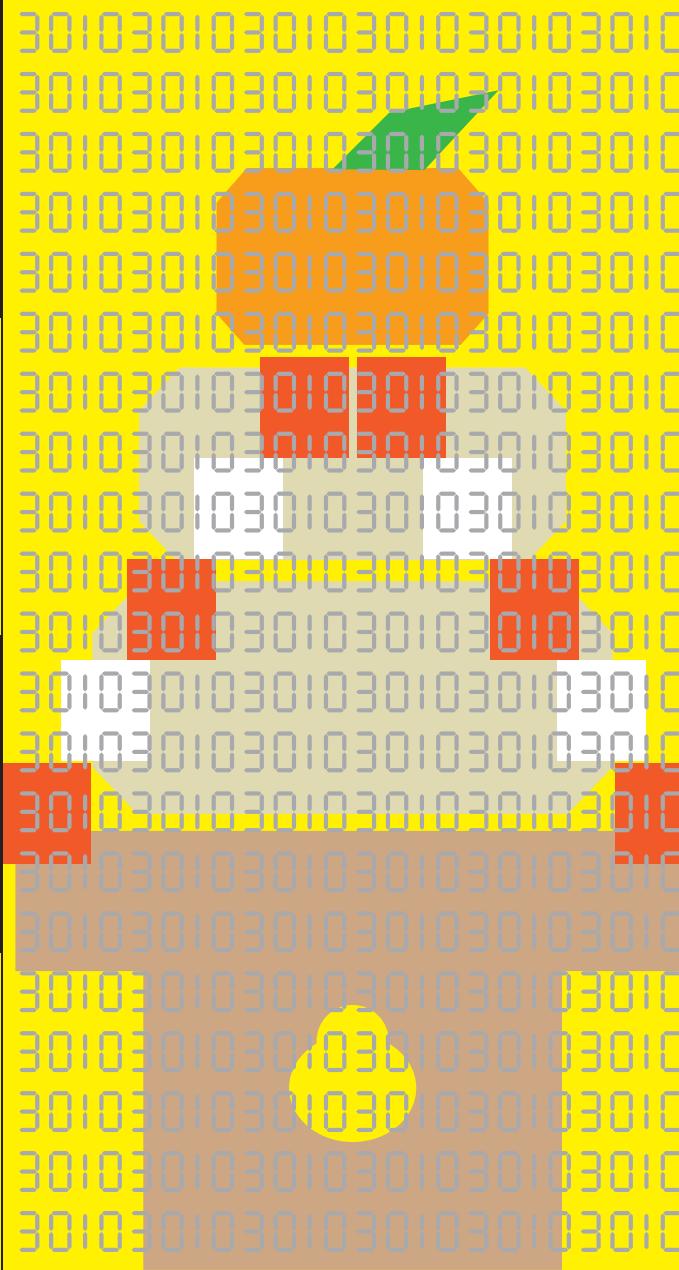
What's 3010 ?

それは、とてもスマートな運動

# 3010

# 3010

# 3010



さん まる いち まる

# 3010

## 運動

宴会における大量の食品ロスが  
問題になっています

最初の

最後の

30  
10

分  
分

皆で食べる時間を設けましょう  
それが 3010 運動です